

Zeitplan mit Wettkampf-/Wertungsklassen und Streckenlängen

Stand: 04. Oktober 2020

Startzeit	Wettbewerbe	Jahrgang	Besonderheiten	TN-Zahlen
Lauf 1 11.00	Cross-Adventure mU14 (EL) jeweils 1 Komb.runde aus A,B,C =1350 m	2007-08	Die Runden werden ohne Pause durchgelaufen	max. 30 (Zeitläufe à 10 TN)
Lauf 2 11.15	Cross-Adventure wU14 (EL) jeweils 1 Komb.runde aus A,B,C =1350 m	2007-08	Die Runden werden ohne Pause durchgelaufen	max. 30 (Zeitläufe à 10 TN)
Lauf 3 11.30	Cross-Adventure mU12 (EL) jeweils 1 Komb.runde aus A,B,C = 1350 m	2009-10	Die Runden werden ohne Pause durchgelaufen	max. 30 (Zeitläufe à 10 TN)
Lauf 4 11.40	Cross-Adventure wU12 (EL) jeweils 1 Komb.runde aus A,B,C = 1350 m	2009-10	Die Runden werden ohne Pause durchgelaufen	max. 30 (Zeitläufe à 10 TN)
Lauf 5 11.50	Cross-Challenge (VL) F, wU20, wU18 jeweils 1 Einzelrunde (A,B,C) = 1350 m	F 2000 u.ä. U20 2001-02 U18 2003-04	Die Runden werden rotierend gelaufen (A-B-C bzw. B-C-A bzw. C-A-B), Start nach jeweils 5 Minuten	max 30 (pro Lauf 10 TN) ins Finale gelangen die 10 Punktbesten
Lauf 6 12.20	Cross-Challenge (VL) M, mU20, mU18 jeweils 1 Einzelrunde (A,B,C) = 1350 m	M 2000 u.ä. U20 2001-02 U18 2003-04	Die Runden werden rotierend gelaufen (A-B-C bzw. B-C-A bzw. C-A-B), Start nach jeweils 5 Minuten	max 30 (pro Lauf 10 TN) ins Finale gelangen die 10 Punktbesten
Lauf 7 12.50	Cross-Challenge (EL) F, wU20, wU18 jeweils 1 Einzelrunde (C,B,A) = 1350 m	s.o. (VL)	Finale der Besten in gegenüber dem VL umgekehrter Reihenfolge: C-B-A	Finale mit jeweils 10 TN (F, wU20, wU18), Wertung nach Punkten
Lauf 8 13.20	Cross-Challenge (EL) M, mU20, mU18 jeweils 1 Einzelrunde (C,B,A) = 1350 m	s.o. (VL)	Finale der Besten in gegenüber dem VL umgekehrter Reihenfolge: C-B-A	Finale mit jeweils 10 TN (M, mU20, mU18), Wertung nach Punkten
Lauf 9 13.50	Cross-Sprint M, mJ, F, wJ – jeweils 1 Einzelrunde C (400m), B (450m), A (500m)	M/F 2000 u.ä. U20 2001-04	Die Runden werden in einer festgelegten Reihenfolge C, B, A gelaufen, Start nach jeweils 5 Minuten	Pro Wertungsklasse max 30 TN, Wertung nach Punkten, kein Finale
Lauf 10 14.40	Cross-Classic (Jagdrennen) F/Masters/wU20 5000 m	F 2000 u.ä. U20 2001 u.j.	Start in 2er-Gruppen mit jeweils 10 Sek. Abstand, Zeitmessung	max 48
Lauf 11 15.10	Cross-Classic (Jagdrennen) M/ Masters/mU20 8000 m	M 2000 u.ä. U20 2001 u.j.	Start in 2er-Gruppen mit jeweils 10 Sek. Abstand, Zeitmessung	max 48

Streckenlängen und Startzeiten können kurzfristig noch verändert werden, mi Kreismeisterschaften Kreis Darmstadt-Dieburg

Erklärungen:

- Die **Runden A, B und C** weisen **unterschiedliche Anforderungen** auf. A=schnelle Strecke, B=hügelige Strecke mit zahlreichen Kehren, C=Strecke mit Hindernissen und sandigem Untergrund.
Im **Abstand von jeweils 5 Minuten** werden die **einzelnen Strecken** gelaufen, sodass umfassende Fähig- und Fertigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit) überprüft werden können.
- Die **Läufe 1-4 laufen die Runden A, B und C hintereinander**, es finden keine Vor- und Endläufe statt. Die Wertung erfolgt nach Zeitmessung (Guntime), ggf. Zeitläufe.
- Die **Läufe 5 und 6 sind Vorläufe**, es werden mit jeweiligem Start die Runden A, B und C bzw. in anderer Reihenfolge gelaufen, die maximale TN-Zahlen sind für F, wU20, wU18 jeweils 30, d.h. jeder Start wird mit 10 TN gestartet. Es erfolgt eine Punktwertung (10-1 Punkte)
- Die **Läufe 7 und 8 sind Endläufe**, für die sich die jeweils 10 punktbesten TN aus den Vorläufen qualifizieren. Die Wertung erfolgt auch hier nach Punkten (10-1 Punkte)
- Der **Lauf 9 ist als Sprint konzipiert**, es finden **keine Vor- und Endläufe** statt, sondern Punktrennen (10-1). Der/die Punktbeste nach 3 Punktrennen ist Sieger bzw. Siegerin.
- Die **Läufe 10 und 11 (Cross-Classic) sind Jagdrennen**, wobei jeweils 2 LäuferInnen gemeinsam auf die Strecke gehen, die nächsten 2 LäuferInnen folgen im Abstand von 10 Sekunden usw. Die Strecke unterscheidet sich von der Challenge-Strecke erheblich und ähnelt dem bisherigen Streckenverlauf des Darmstadt-Cross. Die Wertung erfolgt nach Zeitmessung.